



SEPA A QUIÉNES LES TOCA Y EN QUÉ MESES SE **LOS PAGAN, SEGÚN LA LEY DEL PRESUPUESTO 2024**

CON LA MEJOR REDACCIÓN, ES EL DOCUMENTO QUE EVITA PROBLEMAS ESTE ES EL MODELO DE CONTRATO **DEALQUILER PREFERIDO POR** PROPIETARIOS E INQUILINOS





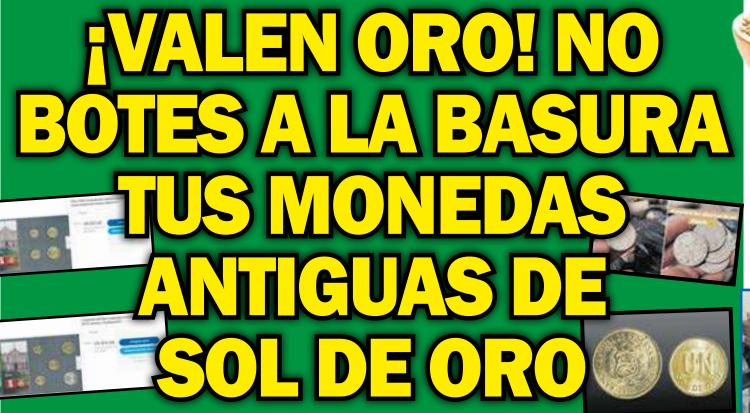
HOY APRENDE A TEJER VESTIDO CON PUNTO PIÑA

DIRECTOR: PASCUAL FRETEL GUTIÉRREZ

Lima, miércoles 19 de junio del 2024

Año 24 Número: 10985

SI TAMBIÉN TIENES ESAS COLECCIONES, HOY TE DECIMOS A CUÁNTO PUEDES VENDERLAS





TIKTOKER 'LA MANA' AFIRMA QUE CANTANTE DE **CUMBIA TUVO ENCUENTRO CON SU AMIGA**

DISPARÓ CONTRA AGENTE CUANDO **INTENTABA EVITAR UN ASESINATO POR CRIMEN DE POLICIA**



EXPAREJA DE MINISTRO DE DEFENSA LO ACUSA DE INFIEL Y DE DARLE BENEFICIOS A SU QUERIDA USANDO SU CARGO.

Chávez Cresta favoreció a su 'madrina' con casa y auto

Resolución Ministerial

-TODO ESO LE DIO OFICIAL DEL EJÉRCITO CUANDO ESTABA IMPEDIDO POR LEY

ás detalles sobresalen en la tórrida relación que protagonizó el exministro de Dina Boluarte, Jorge Chávez Cresta.

Su expareja, Támara Gutiérrez Maldonado, contó para el programa de 'Milagros Leiva, La entrevista, que el ex titular del Ministerio de Defensa le fue infiel con una oficial del Ejército Peruano conocida como la 'madrina'. Este hecho propició el cambio de actitud de Chávez Cresta sobre ella, al punto de decidir dar por terminado la relación de 7 años con el ex funcionario y, de paso, entablarle una denuncia policial por agresión.

"Al día siguiente que Jorge sale del Ministerio de Defensa, Jorge llega a la casa con unos Whiskys de más v en la camisa tenía labial y maquillaje. En ese momento di por finalizada la relación", dijo Gutiérrez en entrevista ante Leiva.

"Ya no soportaba más, ya no podía más. Era algo que no se podía sostener. Había rumores, había comentarios y creo que esa camisa lo confirmó. (...) Yo me entero en julio, por los chicos de seguridad, que él se reunía con

El diario de las multitudes

DIRECTOR:

Pascual Fretel Gutiérrez

MESA DE PARTES VIRTUAL

Fiorella.mejia@grupolarazon.pe

Central telefónica:

240-6656

Jr.lca 121 of.111 Lima

Área Comercial: Otto Velarde

Taramona

Cel.993-433014

Contenido elaborado por

EDITORIAL BERTONE S.A.C.

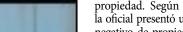
LA EMPRESA Y LA DIRECCIÓN

DEL DIARIO NO SE HACEN



una mujer a la que llamaban 'la madrina", contó. **LE DIO CASA Y CARRO** A 'LA MADRINA'

Según la joven Gutiérrez Maldonado, la 'madrina' sería Johanna Hernández. De acuerdo aldominical Cuarto Poder, Chávez Cresta habría favorecido a la teniente coronel del Ejército (EP), Johanna Hernández, con una casa al interior de la Villa Militar en Chorrillos en agosto del 2023 (cuando aún era ministro de Defensa), a pesar que cuenta con un departa-



propiedad. Según el reportaje, la oficial presentó un certificado negativo de propiedad. Sin embargo, según Sunarp ella cuenta con un departamento gracias al Fondo de Vivienda del Ejército. Además, le entregó un auto

to en el distrito de Chorrillos.

De acuerdo a la ley, solo se le

puede entregar dicho beneficio a

los oficiales que no cuenten con

Nissan Sentra gris de placa EGB-274 para su uso personal. Este vehículo era de propiedad de Chávez Cresta y en junio del 2024 le cedió al general Oswaldo Santos Hernández Revolle, quien resulta ser el padre de la oficial Johanna Hernández.

Además, Hernández Revolle ha sido también proveedor del Estado, teniendo 3 órdenes de servicio por 80,500 soles en la

Presidencia del Consejo de Ministros durante el gabinete de Alberto Otárola en el 2023, donde Chávez Cresta integraba dicho equipo como ministro de Defensa.

men-

PIDIÓ SU NO APROBACIÓN PARA INGRESAR AL PERÚ A DICHO ORGANISMO INTERNACIONAL.

OCDE advirtió al gobierno sobre ley contra colaboración eficaz

De acuerdo al periodista Paolo Benza, la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) exigió al Estado peruano en el 2023 asegurarse que la ley que debilita la colaboración eficaz no sea promulgada como requisito paraadherirsea dicho grupo; sin embargo, norma fue aprobada por insistencia por el Congreso de la República en marzo de este año. Esto ocasionó que la adhesión peruana a dicho organismo quedara suspendida.

Según una carta de octubre de 2023 dirigida al expremier Alberto Otárola, la presidenta del Grupo de trabajo de la OCDE sobre Cohecho (Soborno) en las Transacciones Comerciales Internacionales, Daniëlle Goudriaan, comunicó una serie de "cuestiones" que este grupo esperaba que Perú atienda prioritariamente. Entre estos temas se encontraba la exigencia de que el proyecto de ley que modifica el proceso especial de colaboración eficaz "no entre en vigor".

Se conoció que la OCDE enviará en los próximos días una comisión de alto nivel para observar el progreso de dicha norma en el Parlamento.

ASEGURAN DIRIGENTES. IRÁN PARA PEDIR DISCULPAS POR **COMENTARIOS EN DEFENSA DE VIOLACIONES A ESCOLARES**

Ministros se presentarán en Amazonas

Los dirigentes indígenas Romer Orrego y Raquel Caicat indicaron que el próximo 28 de junio. los ministros de la Mujer (Ángela Hernández) y Educación (Morgan Quero) viajarán a Amazonas para expresar sus disculpas públicas a toda la población awajún por justificar los actos de violación a escolares como 'patrones culturales'.

Esperan también la llegada de todo el Gabinete a la provincia de Condorcanqui. Señalaron que los casos de abuso contra niñas y otros delitos cometidos por docentes podrían superar los dos mil.

"El ministro ya nos ha pedido



(disculpas), fue un error, se equivocó, me parece que lo han asesorado mal(...)Reconoció el error, y los errores humanos hay que reconocer", señaló Caicat para RPP. "Ya hemos hablado ayer con la ministra de la Mujer, ya hemos tocado el tema, hemos hablado por separado, ambos se disculparon", agregó.

Sin embargo, se supo que la congresista Ruth Luque denunció penalmente a ambos funcionarios de Dina Boluarte por sus comen-

"Hoy presenté denuncia penal contra Morgan Quero y contra Ángela Hernández, por sus inaceptables declaraciones que configuran presunto delito de discriminación al normalizar la violencia sexual contra la niñez awajun y wampi (...) no podemos permitir que se normalice la discriminación contra las poblaciones indígenas", indicó en su cuenta de "X" (antes Twitter).

CON MIRAS A LAS ELECCIONES GENERALES DEL 2026. JURA QUE NO RENUNCIARÁ A SU CARGO DE ALCALDE DE LIMA

López Aliaga firma acuerdo con Movimiento Esperanza Amazónica

El partido Renovación Popular (RP) de Rafael López Aliaga, firmó una alianza con el Movimiento Esperanza Región Amazónica. Su líder Jorge Mera, cuestionó en su momento al gobierno de Dina Boluarte.

En conferencia de prensa, el burgomaestre capitalino aseguró que no adelantará su renuncia a la alcaldía de Lima para una eventual candidatura a la presidencia. "Me quedan todavía dos años de bastante trabaio", insistió.

Como se recuerda, hace tres semanas un video viral en las redes sociales dio cuenta de un mitin político entre ambos personajes en la ciudad de



Iquitos. En esa ceremonia, el popular 'Porky' anunciaba su candidatura a la presidencia de

Esta alianza se anunció el mismo día en que el regidor de la Municipalidad de Lima, Julio Gagó Pérez, diera cuenta de su renuncia irrevocable como afiliada al partido político de López Aliaga.

RESPONSABLES POR LOS ARTÍCULOS FIRMADOS

PÁGINA WEB: WWW.ELCHINO.PE E-MAIL: ELCHINO@ELCHINO.PE

ITIEMBLA KEIKO! DEFENSA DEL EXPRESIDENTE HACE GRAN REVELACIÓN

Pedro Castillo volverá a postular a la presidencia

l abogado de Pedro Castillo y exministro de Defensa, Walter Ayala, señaló que el ahora encarcelado mandatario evalúa presentarse nuevamente a la Presidencia de la República cuando salga de prisión.

En entrevista con radio Exitosa, el letrado informó que su patrocinado aún tiene la esperanza de salir del Penal del Barbadillo y porque no, postular nuevamente al Sillón de Pizarro.

"El todavía piensa en postular (a la presidencia), eso es lo que he podido en ver en Pedro Castillo. Actualmente se ha roto el equilibrio de poderes. Presidente que llegue a ser elegido democráticamente no tiene ninguna garantía. El día de mañana puede ser vacado o encarcelado porque no existe equilibrio de poderes, sino una dictadura congresal", añadió.

Asimismo, indicó que el profesor chotano 'aprendió de sus errores' y de 'las experiencias' de no rodearse de gente traicionera y emprender futuros proyectos.

¿ALIANZAS ELECTORALES?

Del mismo modo, si bien Walter Ayala confesó las intenciones de Pedro Castillo por volver a la presidencia, evitó pronunciarse sobre eventuales alianzas con otros personajes u organiWALTER AYALA AFIRMA QUE EXPRESIDENTE SALDRÁ DE PRISIÓN E INTENTARÁ
 VOLVER A CANDIDATEAR EN LAS ELECCIONES. NO DESCARTA ALIANZAS ELECTORALES.



zaciones políticas, pero afirmó que ya se encuentran en proceso de ser confirmadas en el marco de unas próximas elecciones.

"Yo creo que esos de las alianzas ya próximamente se va a ver, porque ya queda poco para los comicios. Hay proyectos políticos, pero no te los puedo decir", sostuvo.

Finalmente, se supo que Pedro Castillo solicitó a la Junta Nacional de Justicia la suspensión preventiva contra el juez que ve sus procesos penales. Se trata del juez supremo provisional Juan Carlos Checkley, quien fue incluido en la investigación seguida a la exfiscal de la Nación, Patricia Benavides.

De acuerdo con la hipótesis fiscal, se habrían registrado presuntos actos ilícitos entre Checkley Soria y Benavides Vargas para favorecer a la hermana de esta última, la exjueza Superior Enma Benavides; en el proceso penal que afronta por una supuesta liberación de personas vinculadas al tráfico ilícito de drogas a cambio de dinero, caso en el que intervenía dicho juez supremo.

LUEGO DE 6 AÑOS DE PUGNAS Y PLEITOS INTERNOS

Acción Popular en elecciones para elegir nuevo presidente

Luego de pasar más de un quinquenio, el partido político Acción Popular (AP) volverá a elegir a su próximo presidente tras varios años de disputas internas. El proceso de votación se llevará a cabo el próximo 22 dejunio. Compiten para encabezar el 'partido de la lampa' Julio Chávez, exalcalde



de San Martín de Porres; y Luis Enrique Gálvez, exsecretario general del partido.

Precisamente uno de los candidatos, Julio Chávez, explicó en una entrevista para una radio local, que una de las funciones del presidente de su partido es fijar los objetivos institucionales de cara a las

elecciones que se realizarán en el 2026. En ese sentido, indicó que considera que Acción Popular debe ir solo, sin alianzas con otros partidos.

Asimismo, dijo está en contra del régimen de la presidenta Dina Boluarte, sin embargo, precisó que AP no 'alienta' recortes de mandatos constitucionales. POR FAVORECER A EMPRESARIO CON LICITACIONES EN EL MINISTERIO PÚBLICO

Fiscalía le suma una investigación más a Patricia Benavides

La decisión está basada en tres hechos en los que Patricia Benavides habría querido beneficiar al empresario Giancarlo Valer Enciso.

Se conoció que la Fiscalía de la Nación, a través del despacho de la fiscal suprema Delia Espinoza, inició una investigación contrala destituida exfiscal de la Nación como presunta autora de los delitos de colusión simple y colusión agravada.

La decisión está basada en tres hechos en los que Benavideshabría queridobeneficiaralempresario Giancarlo Valer Enciso: la licitación pública para la adquisición de un data center en el Ministerio Público. La compra de computadoras para el Ministerio Público por más de S/3 millones y la adquisición de equipos de cómputo para la



fiscalía por más de 4 millones de soles.

La investigación ha sido declarada de carácter complejo y tendrá un plazo de cuatro meses, pero podría ampliarse. "En consecuencia, en atención a tales razones, el plazo de investigación será de cuatro meses con la única finalidad de cumplir con todos los actos de investigación, sin perjuicio de las ampliaciones a que hubiera lugar por su propia naturaleza", señala el documento fiscal.

ELIZABETH MEDINA NIEGA QUE HAYA COBRADO COIMAS A ALCALDES PARA COMPRAR LUJOSO CARRO

'Mochaalcaldes' afirma tener dinero para 'varias camionetas'

La congresista del Bloque Magisterial, Elizabeth Medina, negó haber pedido pago de coimas a alcaldes distritales de la región Huánuco y con ese dinero, haberse comprado una camioneta lujosa de casi 40 mil dólares.

Indicó que viene siendo acusada 'sistemáticamente' por los medios y con pruebas falsas, según la legisladora.

"Antes de ser congresista yo tengo mi empresa jurídica, he tenido empresa natural. Siempre he tenido empresas y tengo mis movimientos. En la Sunat se podrá ver cuánto de dinero tengo desde muy antes de ser congresista", manifestó.

Asimismo, indicó a modo de defensa que tiene suficiente dinero producto de sus negocios para comprarse 'varias



camionetas'. "Como congresista, tengo para comprarme muchas camionetas", afirmó.

La congresista también señaló que está siendo víctima de una persecución política, presuntamente orquestada por el gobernador regional de Huánuco, a quien acusó de estar detrás de las denuncias para frenarlas investigaciones que ella lidera sobre actos de corrupción en la región.



UN VEHÍCULO DE TRANSPORTE PÚBLICO IMPACTÓ AL OTRO POR LA PARTE DE ATRÁS

Chorrillos: Chocan dos buses de la misma empresa y deja 30 heridos

n la mañana de ayer, dos buses pertenecientes a la empresa de transporte público Urbano Línea 4 S.A. chocaron en la cuadra 7 de la avenida Defensores del Morro, también conocida como avenida Huaylas, en el distrito de Chorrillos, dejando un saldo de más de 30 heridos.

Uno de los buses sufrió la peor parte del fuerte choque, ya que la cabina del conductor quedó totalmente destrozada. Los vehículos, de placa AAW-715 y A3X-727, tuvieron que ser remolcados del lugar del siniestro.

Los pasajeros salieron de los vehículos ensangrentados por los golpes y heridas ocasionadas por el accidente vehícular. Algunas personas, al no poder caminar, tuvieron que ser trasladadas de emergencia a los centros de salud más cercanos (clínica Maison de Santé y hospital Casimiro Ulloa).

La Autoridad de Transporte Urbano para Lima y Callao (ATU) informó que ha iniciado procedimiento sancionador contra la empresa de transporte público y

El alcalde de Lima, Rafael

López Aliaga, informó que en

breve se iniciará la marcha

blanca de las estaciones de

la ampliación norte del Met-

ropolitano que aún faltan

operar, tras corregirse todas las

observaciones que impedían

EN LIMA NORTE DENTRO DE UN MES POR

LA 'MARCHA BLANCA'

El Metropolitano: No cobrarán pasaje en 13 nuevas estaciones



podrían recibir una sanción de 20,600 soles.

"Este ha sido un accidente de tránsito por alcance entre dos unidades de la misma empresa. Cerca de aquí hay un paradero donde uno de ellos estaba estacionado, y luego vino el otro vehículo que lo impactó por la parte de atrás", precisó el subgerente de Transporte de la Municipalidad de Chorrillos, Jorge Mori.

Aunque aún se desconocen las causas del accidente, no se descarta que haya sido ocasionado por excesiva velocidad, la imprudencia de los conductores o las condiciones resbaladizas de la pista.



ALCALDE ANUNCIÓ QUE MANIFESTACIÓN EN LIMA ESTÁ PREAPROBADA

López Aliaga sobre Marcha Gay: "No hagan payasadas"

El alcalde de Lima, Rafael López Aliaga, anunció que la 'Marcha del Orgullo 2024' está "preaprobada", sin embargo, invocó al colectivo evitar acciones ofensivas contra las creencias religiosas de la po-

blación.

En una conferencia de prensa, el burgomaestre recordó la imagen de Santa Rosa de Lima con los colores de la bandera de la diversidad, utilizada en junio del año pasado por elfestival de cine LGTBIO+.

"Yo no me meto en la vida íntima de cada ser humano, pero pido respeto para mi



persona y mis creencias (...) Les pido, por favor, que no hagan payasadas con ella (Santa Rosa de Lima) porque la queremos mucho, exigió el burgoma estre.

"Yo respeto mucho. Tengo gente muy cercana a mí que es gay y que respeto. Yo no discrimino a nadie, pero lo único que pido, por favor, es que respeten los valores de la población peruana", agregó.

SEDAPAL INFORMA LAS ZONAS Y LOS HORARIOS

Hoy habrá corte de agua en cuatro distritos de Lima

Sedapal anunció que hoy varias zonas de la capital enfrentarán una interrupción parcial del suministro de agua. La medida afectará a cuatro distritos de Lima Metropolitana: Ate, Surco, Villa María del Triunfo y Puente Piedra.

SURCO

De 8:00 a.m. a 11:00 p.m. en la Urbanización Cerros de Camacho.

VILLA MARÍA DEL TRIUNFO

De 8:00 a.m. a 8:00 p.m. en la Urbanización-A.H.Cerro Verde; Urbanización-A. H. Torres De Villa; Urbanización-Asoc. Central Unificada y Urbanización-P.J Cercado.

ATE

De 9:00 a.m. a 9:00 p.m. en la Urbanización-Asoc.Los Jardínes de Santa Clara y Urbanización-Asoc. Los Jardínes De Santa Clara - Esq. Piérola.

De 2:00 p.m. a 11:55 p.m. en la Urbanización-Asoc. Hijos de Collanac Sr. De Muruhuay - Esq. Piérola; Urbanización-Asoc. P. V. Sr. de Huayllay Grande - Esq. Piérola y Urb. Señor de Huayllay.



PUENTE PIEDRA

De 12:00 p.m. a 8:00 p.m. en Urbanización-ApvLos Sauces de Copacabana; Urbanización-Apv Magnolias de Copacabana 2da etapa; Urbanización Apv Portales de Copacabana; Urbanización-Apv Resid. Santa Juana de Copacabana; Urbanización-Apv Resid. Virgen de Copacabana; Urbanización-Apv San Miguel de Copacabana; Urbanización-Apv Santa Fe de Copacabana 1ra etapa; Urbanización-Asoc Alamos de Copacabana 2da etapa; Urbanización Asoc Co. Prop Ex-Fundo Copacabana; Urbanización Asoc de Prop. Las Dalias de Copacabana: Urbanización-Asoc de Prop. Los Huertos de Copacabana, entre otros.

NOBOA TUVO DECLARACIONES EXPLOSIVAS CONTRA SUS HOMÓLOGOS

Presidente de Ecuador le 'pegó' a Bukele, Milei y Petro

El presidente de Ecuador, Daniel Noboa, considera que el mandatario de Latinoamérica con el que se siente más alineado es con el brasileño Lula Da Silva, mientras que ve al colombiano Gustavo Petro como "un snob izquierdista", al salvadoreño Nayib Bukele como "arrogante" y al argentino Javier Milei "Ileno de sí mismo", según un reportaje de la revista The New Yorker.

Sobre Petro, el gobernante ecuatoriano describió al presidente colombiano como "un snob izquierdista", si bien reconoció que "es inteligente, pero no está consiguiendo hacer nada". Respecto a Milei, consideró que no

ha demostrado ningún mérito como presidente: "No sé por qué él piensa que es tan genial".

Al mencionarle a Bukele, con el que se le ha comparado frecuentemente por su política frontal contra las bandas criminales y la militarización de las cárceles, Noboa señaló que "el tipo es arrogante y solo busca controlar el poder para sí mismo y hacer rica a su familia".



su puesta en funcionamiento.

En conferencia de prensa
conjunta con el ministro de
Transporte, Raúl Pérez Reyes,
para abordar la construcción de
la Estación Central de la Línea
2, López Aliaga dijo que la operación de 13 nuevas estaciones
de la ampliación norte aliviarán
la estación Naranjal y beneficiarán a miles de ciudadanos

"El proyecto está entregado y hemos quedado en una mar-

de Lima norte.



cha blanca, con lo cual ya en 30 días tiene que estar operando de manera normal", estimó al tiempo de señalar que la Autoridad de Transporte Urbano para Lima y Callao (ATU) tiene el mecanismo para hacer la cobranza del pasaje.

Las 13 nuevas estaciones beneficiarán a más de 350 mil ciudadanos de Independencia, Los Olivos, Comas, Carabayllo y Puente Piedra. HOY Y MAÑANA SE REALIZARÁN EN SAN JUAN DE LURIGANCHO Y JESÚS MARÍA

Maratón del Empleo ofrece más de 400 vacantes

El Ministerio de Trabajo v Promoción del Empleo (MTPE) sique organizando convocatorias laborales masivas para brindar a la población peruana desempleada, ya sean jóvenes, adultos mayores o personas con discapacidad, la oportunidad de unirse a una empresa formal.

n esta ocasión, el organismo estatal anunció dos nuevas ■fechas de su reconocida Maratón del Empleo. Serán más de 400 vacantes laborales disponibles para la ciudadanía. Los eventos se Îlevarán a cabo en los distritos de San Juan de Lurigancho y Jesús María.

La primera Maratón del Empleo se realizará hoy en el Centro de Empleo de San Juan de Lurigancho, situado en la intersección de la avenida Germanio con el jirón Vanadio s/n (cerca del paradero 17 de la avenida Las Flores). Las personas interesadas deben asistir de 9 de la mañana a 1 de la tarde.

Eventos similares han generado



un gran interés en la comunidad capitalina, por lo que se recomienda llegar temprano para evitar largas colas, y llevar consigo su Currículum Vitae (CV) y Documento Nacional de Identidad (DNI). Los participantes recibirán gratuitamente el Certificado Único Laboral (CUL).

Según la publicación del Ministerio de Trabajo, el evento se realizará en coordinación con la Municipalidad de Lima y el Municipio Distrital

de San Juan de Lurigancho. TRABAJOS PARA PERSONAS **CON DISCAPACIDAD**

Otra Maratón del Empleo se llevará a cabo mañana en la sede principal del Ministerio de Trabajo, enfocada exclusivamente en personas con discapacidad. También habrá más de 200 puestos disponibles en 20 empresas reconocidas v formales.

Los interesados en esta con-

vocatoria laboral deben acudir a la cuadra 6 de la avenida Salaverry, en el distrito de Jesús María, de 9 de la mañana a 1 de la tarde.

De acuerdo con la publicación del MTPE, habrá personal que brindará asesoría a las personas con discapacidad en la elaboración de su CV, además de entregarles el Certificado Único Laboral. Solo se requiere ser mayor de 18 años para postular.



SE INCENDIARON EN EL MOMENTO MISMO DEL **IMPACTO EN CHILCA Chocan camiones cisternas** cargados de combustible

El distrito de Chilca, en la provincia de Cañete, estuvo a nada de convertirse en el centro de una tragedia. Y es que la madrugada de ayer, a la altura del Peaje Chilca, se registró el choque de dos camiones cisterna que trasladaban combustible.

Según la información preliminar, todo comenzó cuando un camión cisterna de color rojo-que trasladaba petróleo y gasolina, y estaba estacionado a un lado de la vía- fue impactado en la parte posterior por otro camión cisterna blanco, que transportaba gas licuado de petróleo (GLP).

Las cabinas de ambas unidades se incendiaron rápidamente tras la colisión. El brigadier Max Aranguren, jefe de la Primera Brigada del Sur de los Bomberos, detalló que el conductor del camión cisterna que originó el incidente no se encontraba en el lugar.

Al lugar de la emergencia se trasladaron hasta ocho unidades de los bomberos, quienes lograron sofocar las llamas de fuego. A pesar de la magnitud del accidente, no se registraron fallecidos ni heridos.

"Producto del choque ambas cabinas se han prendido, lo que se ha estado haciendo es enfriar la cisterna de gas", detalló Aranguren.

DURANTE EL SEGUNDO SEMESTRE DE 2024

Ministro de Trabajo reitera que sueldo mínimo puede aumentar

El titular del Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo (MTPE), Daniel Maurate, sostuvo nuevamente que el sueldo mínimo (1,025 soles, en la actualidad) podría incrementarse en el se-

gundo semestre del año 2024, si la economía continúa creciendo.

"Esimportante que la economía esté bien, y debe ser así, al igual que los ingresos que, en promedio, crecieron 100 soles. Entonces, ha crecido, y eso es una buena noticia, y la remuneración mínima vital podría ser a partir del segundo semestre, en un buen momento, si es que seguimos creciendo", declaró en una



rueda de prensa.

Maurate puntualizó que esta medida debe ser "racional" y "técnica" para quela informalidad "no sea afectada". En mayo último, el alto funcionario también

indicó que esta posibilidad podría ser materializada en dicho período.

"Dios quiera que podamos incrementar el sueldo mínimo este año, y ese es nuestro mayor deseo, pero mucho depende del tema económico y también de que haya inversión. La razón principal por la cual entramos en recesión en 2023 es porque se cayó la inversión privada", refirió el ministro de Trabajo.

NO DESCARTAN UNA POSTERIOR HUELGA INDEFINIDA

Trabajadores estatales anuncian paro de 48 horas

El presidente de la Confederación Nacional de Trabajadores Estatales del Perú (Confetep), Edward Flores, anunció que los empleados del Estado realizarán un paro nacional de 48 horas, a partir de hoy, ante la reducción del espacio fiscal.

Flores aseguró que esta medida responde a la reducción de la capacidad adquisitiva de la remuneración de los trabajadores, pese al crecimiento económico del Perú.

Flores dio a conocer que los rangos salariales de los trabajadores del sector salud y educación reciben una remuneración pensionable mínima de 712 soles a 923 soles. Por ello, le piden al gobierno



peruano exigen un incremento de los sueldos regulares.

Vemos como una falta de respeto un aumento de 0.80 céntimos a S/1.20 el día. Un aumento de 22 soles a 30 soles al mes. Los trabajadores públicos no somos intransigentes, no somos radicales, siempre apostamos por el diálogo, siempre apostamos por la conversación, pero llega un punto en el que no se puede", expresó el asesor de la Confetep, Antonio Bendezu.

POR PRESENCIA DEL FENÓMENO LA NIÑA

Especialista descarta un invierno extremo

Confirmada la presencia del Fenómeno La Niña en el litoral peruano. la vocera de la Comisión Multisectorial encargada del Estudio Nacional del Fenómeno El Niño (Enfen), Rina Gabriel Valverde, afirmó que este evento será débil de acuerdo a los estudios que se realizan a la temperatura del mar y otros factores atmosféricos y climatológicos; y descartó que su presencia provoque un invierno con temperaturas extremas.

"La temperatura del mar estará por debajo de la normal entre medio y un grado, de acuerdo a las evaluaciones del momento", afirmó la especialista al dar más detalles sobre la posibilidad dela presencia de La Niña, de acuerdo al reciente comunicado del



Enfen en que se declaró en Vigilancia ante las condiciones que se vienen presentando.

La científica indicó que lo ocurrido en mayo es que las temperaturas bajaron hasta un grado por debajo de lo usual y se sintió más frío. En tanto, en junio, estando a 17 días del mes, las temperaturas continúan por debajo de lo normal, pero solo en medio grado, es decir ha subido respecto al periodo anterior.



Criminal disparó contra agente cuando intentaba evitar un asesinato en un conocido restaurante de San Miguel

Un delincuente que salió el año pasado de la cárcel fue nuevamente detenido por el crimen de un policía en situación de retiro en un conocido restaurante de San Miguel.

e trata de Jorge Alberto Luna Pérez (29) alias 'Lunita', quien fue detenido en una barbería de la avenida Pedro Beltrán, en Ventanilla. Este reincidente era intensamente buscado por la muerte del brigadier policial Cesar Quehua Herrera, quien fue asesinado de un balazo en la cabeza cuando realizaba trabajo de seguridad el conocido restaurante 'El Tronco'.

Los hechos se remontan al 27 de marzo cuando dos delincuentes llegan al referido recinto para dar muerte a un comensal del restaurante. Uno de ellos, el venezolano Anderson Vera Burga (20), ingresa al local, ubica su objetivo y le dispara, mientras que 'Lunita' se quedó en la puerta como contención. Al ver el ataque el policía en retiro decide actuar sin percatarse de la presencia de 'Lunita' quien le dispara en la cabeza para evitar que ataque a su cómplice.

En ese momento ambos emprenden la fuga, pero Vera Burga logra ser detenido a pocas cuadras.

La Policía indicó que 'Lunita' estuvo preso durante 10 años, desde el 2013 hasta el 2023, en el penal de Sarita Colonia del

Cae 'Lunita' por crimen de policía



Jorge Alberto Luna Pérez, alias 'Lunita'

Callao. Tiene antecedentes por robo abravado y tenencia ilegal de armas. Lejos de regenerarse, el detenido seguía delinquiendo y además de asesinatos por encargo, se dedicaba a la comercialización de droga. Durante su captura se le incautó pasta básica de cocaína y marihuana.



Anderson Vera Burga, detenido el día del crimen



Hombre salió a celebrar Día del Padre y casi no la cuenta

'Peperas' dejan al borde de la muerte a víctima

Dos mujeres escaparon de un hotel en Chosica, dejando al borde de la muerte a un hombre a quien 'pepearon' para robarle alrededor de 400 soles, celular y un monto aun no determinado de su tarjeta bancaria. La administradora del lugar pudo alertar a las autoridades que auxiliaron a la víctima.

Las cámaras de seguridad captaron al hombre y una mujer llegar al hotel Plan B, ubicado en la cuadra 4 de Malecón Checa,



en Chosica. Según las imágenes ambos ingresaron a las 6:37 de la mañana. Minutos después sale del lugar sola y regresa acompañada por su cómplice.

Una hora más tarde, a las 7:43, sale la primera fémina, vistiendo la casaca y las zapatillas del hombre, seguida por su compinche tres minutos después. El rostro de las mujeres quedó registrado en las cámaras de seguridad y ahora son buscadas por la Policía.

La víctima fue rápidamente trasladada al hospital José Agurto Tello, donde se encuentra estable, aunque no recuerda nada de lo sucedido.

Se sabe que la víctima había salido de su casa junto a unos amigos a celebrar el Día del Padre.



Mayor PNP guardaba 60 mil soles en comisaría. Exigía pagos a locales nocturnos de Arequipa

¡El colmo! Comisario cae por pedir cupos

Dos policías en actividad, uno de ellos, comisario de Mariscal Castilla, en el distrito de Cerro Colorado, en Arequipa, y un civil fueron detenidos por agentes Efectivos de la División de Investigación de Delitos de Alta Complejidad (Diviac) y la Fiscalía Anticorrupción.

Se trata del mayor PNP Víctor Raúl Gareondo Ramos, y el suboficial de tercera Jean Franco Elvis Cornejo Vásquez; así como el ciudadano Tomás Choque Medrano, quienes estarían involucrados en los presuntos actos de extorsión.

Durante la intervención se incautaron cerca de 60 mil soles, que fueron hallados en dicha comisaría, producto de extorsiones a propietarios delocales nocturnos.

Él general PNP Colin Sim Galván, informó que hace tres meses se recibió la denuncia de extorsión a los centros nocturnos,



momento desde el cual se inició la investigación.

Durante el operativo se allanó la comisaria, donde el jefe de esta prácticamente vivía, porque allí contaba con una habitación en la que pernoctaba.

La detención delos tres involucrados es preliminar por siete días, mientras duran las investigaciones.

Se informó también que los dos policías fueron suspendidos temporalmente de sus cargos hasta que culminen las indagaciones.

Policía sospechoso de feminicidio podría salir libre por falta de pruebas, denuncia familia

Que no lo liberen

Los familiares de Rosa Luz Huertas Soto (26), la joven que fue hallada muerta en un descampado en Ventanilla, denunciaron que han tenido que reunir pruebas para sustentar la acusación contra el alférez PNP Christian Rojas Mego, expareja de la joven que estaría implicado en el feminicidio.

María Isabel, hermana de la fallecida, detalló que la última información que han recibido de la Fiscalía es que no se encuentran pruebas suficientes para sindicar al alférez, quien era expareja de Rosa Luzyle habría pedido en reiteradas veces retomar la relación.

"Nosotros pedimos justicia porque la fiscal ha dicho que no tienen pruebas contundentes; en realidad, no ha mandado a nadie para que averigüen las pruebas", declaró.

La joven indicó que, al ver la posición de la Fiscalía, decidió recabar las pruebas por su cuenta y encontró imágenes de las cámaras de seguridad que, según dijo, captan el sonido de al menos ocho



disparos y el desplazamiento del auto de Rojas por la zona donde fue encontrado el cadáver.

"Yo misma he tenido que buscar pruebas y he encontrado: uno de los ocho balazos, porque fueron cuatro y luego cuatro; y el otro video del carro negro polarizado pasando por la avenida y luego yendo a Gambetta", alegó.

"Después de que he averiguado llegaron tres policías de Homicidios, y con ellos fui otra vez, porque [el procedimiento] debía ser de manera formal y legal",

María Isabel detalló que los agentes policiales descargaron los videos para ser analizados y, eventualmente, ser presentados para sustentar la acusación. Si también tienes esas colecciones, hoy te decimos a cuánto puedes venderlas

¡Valen oro! No botes a la basura tus monedas antiguas de Sol de Oro

El Sol de Oro es otra de las monedas antiquas del Perú que viene siendo muy cotizada entre los coleccionistas del mundo, con precios elevados que continúan sorprendiendo a más de uno.

l Sol de Oro, con acuñación en el siglo pasado, es la nueva moneda atractiva para los coleccionistas. Según el portal web eBay, dedicado a la subasta y comercio electrónico de productos através de internet, las monedas con acuñaciones del siglo XX serían las quetienen las más altas cotizaciones.

El Sol de Oro fue una unidad monetaria en el Perú que entró en vigencia a partir de mayo de 1931 (Decreto Ley No. 7126) y tuvo vigencia hasta enero de 1985.

Por ejemplo, prophila puso a la venta, en el portal web eBay, un juego de cinco monedas del Sol de Oro correspondiente al año 1975. En la publicación, se observa las siguientes denominaciones: 10 centavos, 20 centavos, 1/2 Sol de Oro, un Sol de Oro y 5 Soles de Oro. Por este juego pide US\$ 16,06. Al cambio en soles, sería un aproximado de S/ 62,83.

Siguiendo con el mismo ven-



dedor, también puso en oferta otro juego de monedas con cuatro denominaciones, pero del año 1984. En el portal se visualiza las monedas de: 10 soles de oro, 50 soles de oro, 100 soles de oro y 500 soles de oro. Por este conjunto pide US\$ 21,4, es decir, S/ 83,76.

De esta manera un juego completo de monedas está valorizado entre los 70 a 80 soles. Cabe recalcar que el precio de las monedas está sujeto a variación debido a que se encuentra ofertada en dólares.

De acuerdo al portal web Mercado Libre, también dedicado al comercio electrónico de productos a través de internet, una moneda de 100 soles de oro puede llegar a cotizarse en S/30. En tanto, una serie de cuatro monedas de 10, 50, 100 y 500 soles de oro de 1984 se cotiza en S/150.

"ERES MILLONARIO"

Hace unos días se viralizó en TikTok el caso de un peruano que encontró varias monedas antiguas de soles de oro. El muchacho reveló que se trata de todos los ahorros de su abuelo y que el dinero es más antiguo que el inti, divisa anterior al nuevo sol y que tuvo circulación legal en Perú.

El hecho generó varias reacciones en redes sociales debido a que muchos cibernautas cuestionaron sobre el verdadero valor que tendría el 'tesoro' en la actualidad y algunos insinuaron que incluso podría convertirse en millonario.

De acuerdo con la historia de un usuario en TikTok, el hallazgo de varios paquetes con monedas antiguas se produjo cuando estaba revisando algunos muebles antiguos. Encontró bolsas y cajas con decenas de paquetes con monedas, de 10 soles de oro, 50 soles de oro y 100 soles de oro. "Encontré los ahorros de mi abuelito, ¿cuánto habrá valido esto?", se preguntó el creador del video.

De esta forma, fue mostrando cada paquete y las inscripciones que cada uno tenía. Por ejemplo, algunas monedas estaban envueltas en hojas de periódico muy antiguas y de evaluaciones a alumnos, debido a que su abuelo fue profesor. "Le gusta mucho reciclar", enfatizó el muchacho.

Tras ello, el muchacho conversó con su familiar y este le reveló que cuando era muy joven ocurría una constante devaluación de la moneda a inicios de 1900. Argumentó que en ese entonces muchos ahorraban y guardaban las monedas, pero ocurrían cambios en las monedas. Sin embargo, enfatizó que decidió guardar las porque con el pasar de los años poseen valor debido a su antigüedad. "Lo que vale es la antigüedad. Cundo sucedió la devaluación, aproximadamente en 1920, se fue al diablo todo, por guardar, sobre todo eso pasaba en provincia", indicó el adulto mayor.







Jubilado, a cobrar S/ 920 en bonos

El pago de pensiones y bonificaciones para este año a los jubilados del sector público (Decreto Ley 20530) se garantizó con la aprobación de la ley del Presupuesto del Sector Público para el Año Fiscal 2024.

En dicho presupuesto figuran los montos estipulados para el pago de los aguinaldos ('Grati') de julio y diciembre a los pensionistas de la Ley 20530, cada uno de S/ 300, lo cual suma



Sepa a quiénes les toca y en qué meses se los pagan, según la Ley del Presupuesto 2024

600 soles.

Asimismo, se incluyó el dinero para el pago de las bonificaciones por el Fondo Nacional de Ahorro Público (Fonahpu). El segundo pago del Fonahpu, cuyo monto es de S/ 320, se les abonará en el mes de octubre de este año.

Al sumar todas esas bonificaciones que fueron aprobadas en la Ley de Presupuesto del 2024, el monto llega a S/ 920, que es lo que les falta cobrar a los jubilados de la 20530 en lo que resta del año.

El presupuesto total para el pago de las pensiones de todos los asegurados de la Oficina de Normalización Previsional (ONP), destinado para el año fiscal 2024, asciende a los 7.774 millones de soles. Esta entidad tiene recursos importantes por 8.817 millones de soles, donde básicamente el principal rubro

de presupuesto son las obligaciones previsionales por 7.774 millones.

También cabe recordar que, desde el 2005 que se dio el primer aumento, de acuerdo a la Ley N° 28449 que estableció como parte de las nuevas reglas la evaluación de un reajuste anual para los pensionistas del Decreto Ley N° 20530, el Gobierno ha dispuesto hasta el 2024 la cantidad de 20 incrementos de dichas pensiones.

🌃 diario

HOY PRIMERA PARTE DEL MODELO DE CONTRATO DE ALQUILER

Con la mejor redacción, tengan el documento que les evitará problemas

Este es el modelo de contrato de alquiler preferido por los propietarios e inquilinos

CONTRATO DE ARRENDAMIENTO

CONTRATO DE ARRENDAMIENTO A PLAZO DETERMINADO que celebran de una parte
con domicilio legal en, de la ciudad de, de la ciudad de, distrito, provincia y departamento de, a quien en lo sucesivo se les denominará EL ARRENDADOR y de la otra parte, con DNI, con domicilio en, a quien en lo sucesivo se les denominará EL ARRENDATARIO, en los términos y condiciones, a quien en lo sucesivo se les denominará EL ARRENDATARIO, en los términos y condiciones
CLÁUSULA 1°: DE LA PROPIEDAD Y BIEN MATERIA DE ARRIENDO. EL ARRENDADOR es propietario del bien inmueble ubicado en
CLÁUSULA 2º: OBJETO Y DESTINO Y PROTECCIÓN. 2.1. EL ARRENDADOR por medio del presente da en ARRENDAMIENTO el ambiente descrito en la Cláusula precedente a EL ARRENDATARIO, el mismo que será utilizado única y exclusivamente para vivienda. 2.2. EL ARRENDATARIO se compromete a no introducir sustancias inflamables o explosivas y producir ruidos o cualquier otra situación molesta para los vecinos, o atentar contra la tranquilidad pública de estos en cualquier forma y muy especialmente con actos reñidos contra la moral.
CLÁUSULA 3°: PLAZO DEL ARRENDAMIENTO. La vigencia del arrendamiento es a PLAZO DETERMINADO Y FIJO, siendo éste de DOCE MESES, el mismo que comenzaráa contarsee día
CLÁUSULA 4°: DE LA MERCED CONDUCTIVA. La merced conductiva pactada entre las partes contratantes por el arrendamiento del departamento materia del presente contrato es de S/
CLÁUSULA 5°: DE LA GARANTÍA. EL ARRENDATARIO entrega la suma de S/

EL ARRENDATARIO incrementará el monto necesario al momento de desocupar el bien materia de contrato o en su defecto le

será devuelto a EL ARRENDATARIO previa verificación del estado del bien arrendado (desgaste, daños, deterioro, conservación, equipamiento entregado, reparaciones a efectuarse, mantenimiento del bien, funcionabilidad, tener cancelado todos los recibos de servicios instalados de luz y agua, en el bien hasta el mes posterior al retiro, entre otros), debiendo graduarse el monto de devolución según lo señalado sin intereses de ninguna índole.

CLÁUSULA 6°: PENALIDAD.

6.1. EL ARRENDATARIO pagará una penalidad a favor de EL ARRENDADOR, cuando al vencimiento del Contrato continuara en posesión del inmueble, obligándose EL ARRENDATARIO a pagar por tal concepto el doble de la renta mensual o proporcional por los días ocupados indebidamente hasta que se logre la desocupación total del inmueble; asimismo, las partes acuerdan que en el supuesto que EL ARRENDATARIO no cumpliera con pagar la merced conductiva en la fecha correspondiente generará un interés mensual del 2% que serán fijados y calculados por EL ARRENDADOR, sin perjuicio de que a EL ARRENDATARIO se le registre en las CENTRALES DE RIESGOS.

6.2. El cobro de la penalidad es indistinto de la obligación de la renta impaga del período precedente hasta su devolución, además el cobro de la penalidad y la renta impaga no significará la continuación del ARRENDAMIENTO.

CLÁUSULA 7°: RESOLUCIÓN ANTES DEL PLAZO CONVENCIONAL.

7.1. Si EL ARRENDATARIO decidiera desocupar el inmueble arrendado antes del vencimiento del plazo deberá comunicarlo por escrito a EL ARRENDADOR, con una anticipación no menor de treinta (30) días.

7.2. Además de la Cláusula 11°, para desocupar el bien EL ARRENDATARIO debe previamente recabar autorización escrita de EL ARRENDADOR, siendo responsable de no hacerlo a las consecuencias establecidas en el Artículo 1711° del Código Civil.
7.3. Asimismo, el contrato quedará resuelto si se encuentra dentro de una de las causales establecidas en el Artículo 1697° del

CLÁUSULA 8°: PROHIBICIÓN DE SUBARRENDAR Y CEDER EN USO.

Código Civil o alguna de las causales del presente contrato.

EL ARRENDATARIO queda expresamente PROHIBIDO, de subarrendar a terceros el inmueble materia del presente contrato bajo ningún título, ni subarrendarlo, total o parcialmente, ni ceder su posición contractual, tampoco cederlo mediante cesión en uso, contrato de Comodato o cualquier otra modalidad. La infracción de esta estipulación dará lugar a la resolución automática de éste y a la nulidad de los contratos celebrados con terceras personas, quienes como ocupantes precarios podrán ser desalojados. El hacerlo implica causal de Resolución inmediata del contrato, previa Carta Notarial poniendo a conocimiento sobre el mismo de acuerdo con la Cláusula 14°.

CLÁUSULA 9°: DE LAS MEJORAS.

Queda terminantemente prohíbido a EL ARRENDATARIO efectuar arreglos, cambios, modificaciones, mejoras internas o externas en el inmueble materia de arriendo sin el consentimiento expreso y por escrito de EL ARRENDADOR. En el supuesto de ser autorizada la modificación, EL ARRENDADOR podrá a su juicio vigilar su ejecución sin previo aviso a fin de evitar se cause daño al inmueble, dejándose expresa constancia que EL ARRENDADOR no está OBLIGADO A CANCELAR O REEMBOLSAR SUMA ALGUNA NI INDEMNIZAR A EL ARRENDATARIO por concepto de las mejoras o cambios, los mismos que quedarán en beneficio del inmueble.

CLÁUSULA 10°: LAS OBLIGACIONES QUE ASUME EL ARRENDATARIO.

EL ARRENDATARIO conforme al Artículo 1681° del Código Civil asume las siguientes obligaciones:

10.1. Al recibir el DEPARTAMENTO, cuidarlo diligentemente y usarlo para el destino que se le concedió en el contrato.

10.2. Pagar puntualmente la merced conductiva desde el inicio del plazo del arrendamiento; así como se obliga a pagar los recibos de luz y el agua, entendiéndose que toda obligación anterior es de cuenta de EL ARRENDADOR.

10.3. Á reparar por su cuenta cualquier daño o desperfecto causado en las instalaciones recibidas, y/o reponer, y/o abonar su valor, en caso se encuentren inutilizadas o dañadas, y/o por pérdidas en caso de siniestros o robos.

10.4. Adoptar las medidas de seguridad que permitan la preservación del bien bajo su conducción ante cualquier riesgo, daño o siniestro.

10.5. A permitir que EL ARRENDADOR visite e inspeccione el inmueble en las oportunidades que él considere conveniente, sin previo aviso y de manera inopinada.

10.6. A dar aviso inmediato a EL ARRENDADOR de cualquier usurpación, perturbación o imposición de servidumbre que se intente contra el bien por un tercero.

10.7. No introducir en el inmueble, materia de este contrato, materiales o elementos prohibidos de ninguna clase.

10.8. A devolver el inmueble a EL ARRENDADOR al vencerse el plazo del Contrato, en el estado que lo recibió y con el equipamiento entregado.

10.9 A no hacer uso imprudente de el DEPARTAMENTO, o contrario al orden público o a las buenas costumbres tales como depositar bienes provenientes del delito.

Descubre por qué la universidad de Harvard recomienda consumirla hasta 4 veces por semana

LAS LENTEJAS: conoce su poder nutricional y medicinal

Las legumbres destacan por ser un eje fundamental de la dieta, tanto por su alto contenido de nutrientes como por su versatilidad a la hora de cocinarlas. Ahora, los nutricionistas de la Universidad de Harvard, reconocida por sus investigaciones en materia de salud, han puesto el foco en una de ellas: las lentejas.

egún los expertos de esta institución, se recomienda incluir este tipo de legumbre en la dieta al menos cuatro veces por semana. Esta recomendación se basa en el valor nutricional que aportan las lentejas y que ofrecen una combinación única de proteínas y fibra, junto a una gran variedad de vitaminas y minerales esenciales.



Las lentejas se destacan por su alto contenido proteico, convirtiéndolas en una opción perfecta para aquellos que siguen dietas vegetarianas o veganas. Además, son una excelente fuente de fibra, lo que contribuye a una digestión saludable y ayuda a mantener la saciedad. Entre los nutrientes que contienen se encuentran el hierro, esencial para la función adecuada de los glóbulos rojos, y el ácido fólico, crucial para el desarrollo fetal durante el embarazo.

BENEFICIOS DE COMER LENTEJAS 4 VECES A LA SEMANA

Según un estudio de la Universidad de Harvard, publicado en su revista Harvard Health Publishing, son muchos los beneficios de incorporar lentejas regularmente en la dieta. Estos son los más importantes:

* Regulación del colesterol

y azúcar en sangre: reduce el riesgo de enfermedades cardiovasculares y diabetes.

- * Fortalecimiento de la microbiota intestinal: contribuye a un equilibrio saludable de bacterias en el intestino.
- * Prevención del estreñimiento: gracias a su alto contenido en fibra.
- * Funcionamiento óptimo del cerebro: los hidratos de carbono mejoran la capacidad de concentración y el rendimiento cognitivo.
- * Mantenimiento y recuperación de la masa muscular: de-

bido su alto contenido proteico.

* Tiene efecto saciante: es un alimento ideal para dietas de adelgazamiento y pérdida de peso

La versatilidad culinaria de las lentejas es otro punto a su favor. Desde sopas reconfortantes hasta ensaladas frescas y guisos sustanciosos, las lentejas pueden adaptarse a una amplia variedad de platos. Además, su tiempo de cocción, relativamente corto, las hace prácticas para incorporarlas a la rutina diaria de alimentación.

Considerando la evidencia saludable de las lentejas, respaldada ahora por Harvard, incluirlas de manera regular

en la dieta podría contribuir significativamente a la salud y el bienestar general. Sin embargo, como con cualquier cambio en la alimentación, es importante consultar con un profesional de la salud o un dietista para incorporarlas según las necesidades individuales.

Científico nos da la clave para aprovechar al máximo sus nutrientes

¿Cuánta verdura se debe comer a la semana?

Nuestro organismo necesita una cantidad de nutrientes determinada para funcionar correctamente y la falta de ellos deriva en problemas leves y graves de salud.

Las verduras tienen un bajo aporte calórico, nos ayudan a mantenernos hidratados gracias a su alto contenido en agua y aportan al organismo cantidad de vitaminas, minerales, fibra y componentes bioactivos esenciales para fortalecer el sistema inmunológico y prevenir diversas enfermedades.

Las verduras deberían ser



la base de toda alimentación equilibrada, ya que garantizan la existencia de oligoelementos en el organismo.

CUÁNTA VERDURA DEBEMOS COMER A LA SEMANA

La verdura debe consumirse a diario, la mejor forma de aprovechar todos los minerales y vitaminas es comerla en crudo, aunque cocinada no deja de ser una opción saludable.

Según ha publicado en la revista New Scientist el médico, epidemiólogo y divulgador científico Tim Spector, se deben consumir entre 30 y 50 alimentos vegetales distintos a lo largo de la semana. El especialista es claro: cuánta más verdura mejor, y más favorecida se verá la microbiota intestinal de los consumidores.

Según Spector, el color de las verduras elegidas también significativo. El color verde indica la presencia de un gran número de antioxidantes en la composición del alimento, estas sustancias tienen la capacidad de proteger las células y defender al organismo frente a diversas enfermedades.

Por otro lado, los colores rojo,

amarillo y azul se asocian a la existencia de nutrientes y fitoquímicos beneficiosos para la salud.

Una investigación en la que participaron más de 10.000 voluntarios de Estadios Unidos, Reino Unido y Australia determinó que las personas que consumían entre 30 y 50 vegetales a la semana tenían una microbiota intestinal más saludable y diverso, y un estado de salud en general más favorable y resistente ante posibles enfermedades, en comparación con aquellos que consumían menores cantidades.



"Salud Para Todos" les entrega todos los días 10 recetas o tratamientos para curarse de todo



185. Inhalación para cólicos menstruales

La inhalación de plantas y flores es aconsejable para calmar los calambres y estimular la relajación de los músculos. Plantas como la menta o el romero son adecuadas en el tratamiento de las dolencias menstruales.



186. Té verde para la rosácea

El téverde tiene propiedades fitoprotectoras y propiedades anticancerígenas además de sus propiedades antioxidantes y antiinflamatorias. No solo reducirá el enrojecimiento sino que también ayudará a prevenir pápulas y pústulas adicionales en las áreas afectadas. Para usar este remedio: Prepare dos tazas de té verde y colóquelo en la refrigeradora durante treinta minutos. Empape un paño en este té y aplíquelo en las áreas afectadas. Usa este remedio dos veces al día para obtener mejores resultados. También puedes

Colecciona los 500 remedios caseros

consumir té verde directamente para acelerar el proceso de curación.



187. Vinagre para el dolor de oído

Mezcle el vinagre blanco y el alcohol juntos. Use unas gotas de este líquido en el oído infectado. ¿Quién hubiera pensado que el alcohol es también una salida de ese dolor de oídos molesto?

188. Orégano para el pie de atleta

Las hojas de orégano son ricas en hierro, fibra, manganeso, calcio, vitamina E, ácidos grasos omega y tipófano que pueden mantener el hongo libre de la piel. Use el siguiente método para deshacerte del pie de atleta con la ayuda este remedio de hojas de orégano. Agregue alrededor de 2 tazas de hojas de orégano y un litro de agua en una sartén y hiérvalas hasta



que el agua se reduzca a la mitad y se tiña de verde pardusco. Luego en un balde o una tina agrega aproximadamente 1 litro de agua y vierta toda esta mezcla caliente. Asegúrese de que el agua en la bañera esté lo suficientemente caliente. Ahora remoje sus pies durante al menos 15-20 minutos. Limpie sus pies con una toalla limpia. Repita esto diariamente hasta que estés satisfecho con los resultados.

189.Agua salada para el dolor de muelas

Tome aproximadamente una cucharaditallena de sal v mezcle en agua tibia. Pásate esta agua dentro y alrededor de tu boca para un alivio rápido.





190. Uvas pasas para la fiebre

Las uvas pasas se abren paso en esta lista de remedios para la fiebre ya que están cargadas de fitonutrientes fenólicos que tienen propiedades antibacterianas y antioxidantes. Esto inevitablemente ayuda a combatir las infecciones y a reducir la fiebre. Las pasas también actúan como un tónico para tu cuerpo, lo cual es importante cuando tienes fiebre.

Para este remedio: Remoja 25 pasas en media taza de agua hasta que las pasas se hinchen. Aplasta las pasas en agua y cuela el líquido. A esta solución, agregue el jugo de media lima. Consuma esto dos veces al día hasta que la fiebre desaparezca.

CONTINÚA MAÑANA...

Colección "100 jugos curativos de Dios" Todos los días solo recetas saludables

JUGO PARA AUMENTAR COLESTEROL BUENO (PERAYKION)

Ingredientes:

- 4 peras chicas y maduras
- 1 pedacito de kion

Preparación:

Parte las peras sin pelar, descorazónalas. Lleva al extractor

las peras y el kion. Mezclar. Beberalinstante. Se considera colesterol bueno, porque es la fracción no dañina. Por eso es necesario aumentar el colesterol bueno HDL y este jugo casero lo hace de una manera sencilla y natural.



JUGO PARA ESTAR **SIEMPRE JOVEN**

(CALABAZA Y NARANJA)

Ingredientes:

- 1 calabaza
- 1 vaso de jugo de naranja
- 1 trocito de kion

Preparación:

Con la actividad física de cada día se incrementa la tasa de oxidación celular, es decir, el aumento en la producción de

toxinas, lo cual puede prevenirse con beber este jugo con vitaminas E y C, para ser siempre joven por los antioxidantes que contiene. Licúa todos los ingredientes. Si gusta puede colar. Si queda espeso, agregue un poco de jugo de naranja. Beba de inmediato.



Colección de invierno para las fans y admiradoras del tejido

Curso de tejido a crochet: Hoy vestido con punto piña

a información que aparece en esta página le pertenece al sitio web https://tejidogratis.com/

Talla: 38

Materiales: 700 g de Sello Azul de Lanabel color azul.

Crochet: N° 5

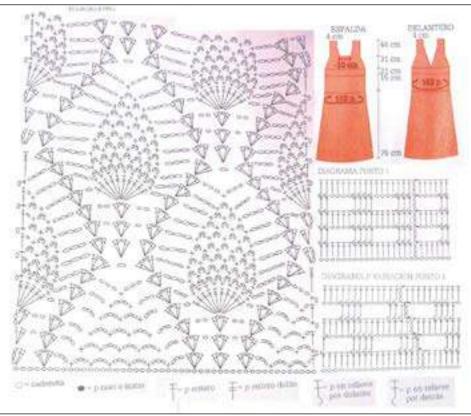
Puntos empleados: punto 1 según diagrama, variación punto 1 según diagrama, punto 2 según diagrama, p pina según diagrama.

CONFECCIÓN

Canesú: se teje en redondo, comenzando por la cintura. Urde una cadeneta de 152 p con crochet N° 5, haz una corrida de p entero, cambia a crochet N° 2 y trabaja con el punto 1 que indica el diagrama por 15 cm; haz la variación del punto 1 según diagrama por 6 cm.

Divide el tejido en dos para separar la espalda del delantero, cambia a ppina según diagrama disminuyendo en los costados



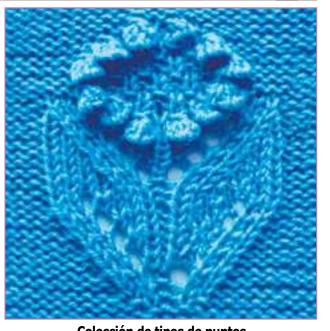


para la sisa, teje por 10 cm y cierra 10 cm centrales; sigue disminuyendo por el escote de la espalda, hasta tener tirantes de 4 cm de largo, y 23 cm de largo.

Para evitar problemas con el punto pina en los tirantes, ocupa la parte con grupos de p entero y cadenetas.

Vuelve al delantero, divide nuevamente en dos el tejido, y forma sisa al igual que la espalda, disminuyendo en el escote hasta quedar con 4 cm de ancho y 23 cm de largo.

Faldón: toma los p de la cintura y sigue en p pina por 75 cm, aumentando en las cadenetas de la pina que siga en el tejido. Terminación: para el borde del canesú, toma 130 p y sigue en p pina, aumentando en todas las cadenetas hasta tener 15 cm de largo.



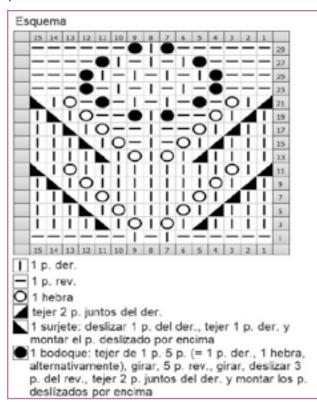
Colección de tipos de puntos El motivo girasol tejido a dos agujas

Montar 15 p. + 2 p. de orilla y tejer según el esquema.

Se han dibujado sólo las v. de ida. En las v. de retorno tejer todos los p. como se presenten, las hebras del rev.

El motivo = 15 puntos de ancho y 30 vueltas de alto.









ADVERBIOS DE TIEMPO

ANPAOTYMCDAI D 0

AHORA ANOCHE

ANTERIORMENTE

ANTES

AÚN

AYER

DESPUÉS

HOY

JAMÁS

LUEGO

MAÑANA

MIENTRAS

NUNCA

PRONTO

PRÓXIMAMENTE

RECIENTEMENTE

SIEMPRE

TARDE

TEMPRANO

TODAVÍA

SUDOKU

		2						7
		8				5	4	6
			7	6		2		8
	2				5		3	
3			6			4		
	7				2	9		
		3						
6				8	9			
				5	3			

	4			2	9			
	1	6			3	8		
	9							3
					4			
		2			8		3	
8	3		6					7
		4	9	6				
						2	6	4
3							5	

ENCUENTRA LA SALIDA EN EL MENOR TIEMPO POSIBLE



ORDENA LETRAS

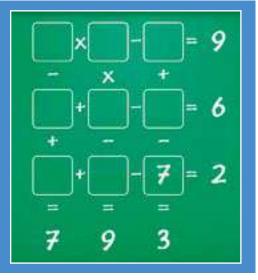
ENFADO GRANDE

BAIAR

SOLUCION: RABIA

LA PIZARRA

RELLENE LOS RECUADROS VACÍOS CON NÚMEROS COMPRENDIDOS ENTRE EL 1 Y EL 9, DE TAL FORMA QUE SE CUMPLAN LAS OPERACIONES ARITMÉTICAS HORIZONTALES, DE IZQUIERDA A DERECHA, Y **VERTICALES, DE ARRIBA** ABAJO.



Influencer afirma que cantante de cumbia le fue infiel a su esposa Cassandra Sánchez

La tiktoker 'La Mana', Geraldine Vilchez Dominguez. soltó una bomba: según la creadora de contenidos, Devvis Orosco le habría sido infiel a su esposa Cassandra Sánchez con una amiga suya.

a influencer detalló, en el programa de la periodista Kathy Sheen, que el cantante de cumbia tuvo un encuentro clandestino con su amiga después de ofrecer un concierto de cumbia. Para despistar a su esposa, hija de Jessica Newton, quien suele acompañarlo a sus presentaciones, Devvishabría enviado a Cassandra a casa en otro automóvil.

"Yo conozco a una amiga mía que salía con él. Estaban en un concierto y él se iba con ella, y a su mujer la mandaba en otro carro. No les miento", señaló la tiktoker, resaltando que todo

[está en una orquesta]", complementó. Finalmente, y para avivar aún más

la polémica, la tiktoker indicó que esta no sería la primera vez que el cantante engaña a Cassandra Sánchez, con quien tiene un hijo. "Conozco a varias chicas que, dentro de mi medio, han tenido cosas con el muchacho, estando con Cassandra", sentenció.

Melissa a Jefferson Farfán

No le vov a pedir perdór

Melissa Klug aseguró que intentó conciliar con Jefferson Farfán sin éxito y señala que planea defenderse de la decisión del Poder Judicial en primera instancia que le ordena pagar a su expareja, 300 mil d<mark>óla</mark>res por incumplir un acuerdo de confidencialid<mark>ad e</mark>ntre a<mark>mbos</mark> personajes. "(...) Si él me demanda, yo yoy a tener que contrademandar porque no me voy a quedar con los brazos cruzados, no me voy a quedar sentada viendo cómo él sigue demandándome", indicó en 'América Hoy'.

Asimismo, señaló que no le pedirá perdón a Farfán. "Yo no estoy pidiendo que él me perdone ni nada, no tengo que pedirle. Al único que se le pide perdón es a Dios", aseguró.

"En otras oportunidades hemos conversado y creo que son muy pocos tiempos los que llevamos la fiesta en paz. Por mi lado yo siempre, pero a él le dura muy a poco. Si se da (la conciliación) bien, y si no, no", sentenció.



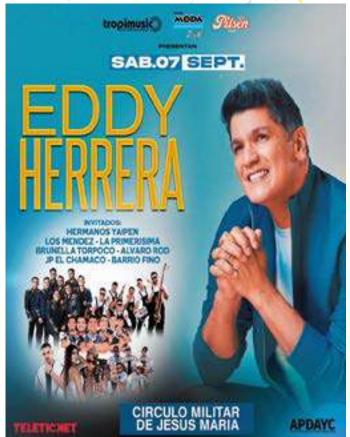


esto habría ocurrido cuando Orozco ya se encontraba en una relación amorosa con Cassandra Sánchez de Lamadrid. "Es un perro, obviamente tuvieron algo ahí", dijo.

Aunque no quiso revelar el nombre de su amiga, 'La Mana' informó que se t<mark>rata de un</mark>a mujer que, al igual que Devvis Orosco, también se dedica a la música. "Es cantante, no es conocida, pero exacto









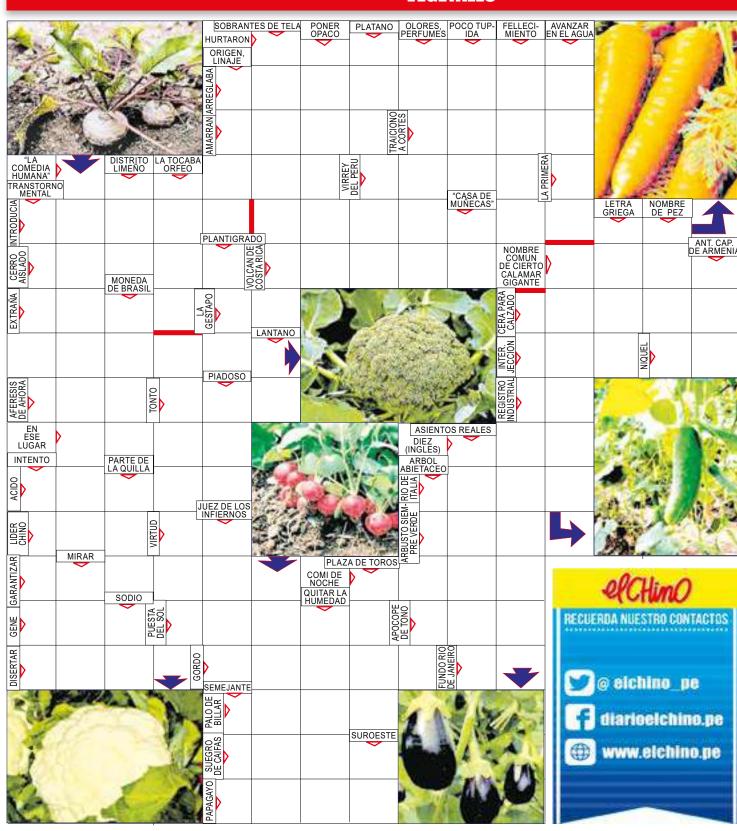






CHINOGRAMA

VEGETALES



HORÓSCOPO

Brotarán súbitamente asuntos que estaban másomenosocultosyque alteraránturitmo habitual, tranquilo que la solución aunque larga está al caer. No desesperes, todo se arreglará.

TAURO

Jornada un tanto desorientada, tómate tiempo para todo porque el ambiente no está por la labor. Hoy sólo tu paciencia hará conseguir los objetivos, la noche te compensará.

Tus decisiones de serán de alto valor para tu futuro profesional y amoroso. Te notarás excitado y estricto en tu comportamiento. Lo que inicies serán amores pasionales.

CÁNCER

Intenta no dejarte llevar por tus instintos solamente. Aunque en un principio cueste un poco utiliza la razón en todo momento, frena tu ímpetu y triunfarás. Analiza cada paso.

Aunque hoy lo tengas todo muy controlado y organizado, alguien surgirá a última hora para estropearlo todo. No te impacientes y verás que todo se reorganizará. Noche muy ardiente.

Animo ya que hoy encontrarás a todo y a todos detuladoy conformes a tus planes. Recibirás sor presas de los más cercanos que serán de tu agrado. La suerte contigo en todo.

El apasionamiento y la precipitación harán presa de ti en el terreno de las conquistas tanto materiales como amorosas. No mezcles trabajo con diversiones, piensa todo.

ESCORPIO

Controla tu dogmatismo ya que serán fuente de conflictos dentro y fuera de la pareja. Pon atención aloquefirmes y aloque hables hoy. En el amor habrá diferencias salvables.

Será en tu mundo íntimo o secreto donde encuentres hoy todas tus satisfacciones emocionales, tu comunicación con los demás será profunda. Cuida más la dieta y los excesos.

CAPRICORNIO

Las sorpresas más importantes te ocurrirán estarán originadas por el amor y la pasión. Salgan bien o mal tus relaciones serán intensas. Atento, nueva pasión se cerca.

ACUARIO

Habrá mucha actividad y posibles viajes por motivos de trabajo durante el día. Las reuniones sociales serán importantes y beneficiosas de cara al futuro. Llega dinero fácil.

Hoy no te dejes impresionar por la primera imagen que te den los nuevos conocidos. Investiga a fondo todo y no saques conclusiones hasta el final, la pareja o una cercana amistad.

CON GOL DE LA JOYA DEL REAL MADRID, VENCIÓ 3-1 A GEORGIA

Turquía 'Arda' en la Eurocopa

Con un golazo de la joya del Real Madrid, Turquía derrotó 3-1 a su similar de Georgia y es el líder del Grupo F de la Eurocopa 2024.

Turquía fue el dominador del partido y consiguió rápidamente ponerse adelante en el marcador por intermedio de un disparo seco fuera del área de Mert Muldur, a los 25 minutos.



La sorpresa llegó a los 32' con el empate transitorio de Georgia gracias a Goerges Mikautadze.

Sin embargo, tuvo que aparecer el joven Arda Guller (19 años) surgido del Fenerbahce con un golazo de media distancia al minuto 65.

Ya en el último minuto del encuentro con una Georgia atiborrando el área otomana, Kerem Akturkoglu puso el 3-1 finalizando un mortal contra-

COLORES PATRIOS SE LUCIERON EN COTEJO ENTRE PORTUGAL Y R. CHECA

Bandera peruana presente en Alemania

Un hecho anecdótico ocurrió en el encuentro entre Portugaly República Checa por la Eurocopa Alemania 2024. En el estadio Red Bull Arena de la ciudad alemana de Leipzig, las cámaras de la televisora que cuenta con los derechos de trasmisión lograron captar unas imágenes de las tribunas donde se pudo observar la ban-



dera peruana en dicho recinto.

La bandera blanquirroja fue puesta por unos hinchas presumiblemente peruano detrás de la banca de suplentes de Republica Checa, en la tribuna oriente de dicho estadio. De esta manera se cumplió tal y como reza el dicho: "en cada rincón del planeta siempre se encontrará a un peruano".

CRISTIANO RONALDO SE CONVIRTIÓ EN EL ÚNICO FUTBOLISTA EN JUGAR 'MEDIA CAJA' DE EUROCOPAS

ristiano Ronaldo es un hombre de récords. La tarde de ayer el delantero luso se convirtió en el único jugador de la historia en disputar seis Eurocopas con la Selección de Portugal.

A sus 39 años, el exdelantero del Real Madrid fue titular y jugó los 90 minutos del encuentro entre Portugal y República Checa, partido que terminó ganando con suspenso por 2-1.

Los lusos manejaron las acciones todo el cotejo, pero carecieron de profundidad en los últimos metros del área checa. Incluso, República Checa se puso adelante con el tanto del Lukas Provod, a los 62', mediante un golazo de fuera del área.

Pero la alegría de los leones de Praga terminó siete minutos más tarde con el autogol de Hranac y que le daba el empate momentáneo



PORTUGAL VENCIÓ CON SUSPENSO 2-1 A REPÚBLICA CHECA.

a Portugal.

Con la igualdad, el técnico Martínez hizo cambios en la volante para darle mayor presencia ofensiva. CR7' se mostró empeñoso, pero no tuvo claras. Ya en las postrimerías del encuentro, el recién ingresado Francisco Conceicao tras una serie de rebotes marcó el gol del triunfo.

De esta manera, Portugal

suma sus tres primeros puntos en el Grupo F y en la próxima fecha jugaráante el líder del bolo: Turquía.

Un dato a tomar en cuenta es que si el 'Bicho' anota ante los turcos romperá un nuevo récord al ser el más longevo en anotar en una Eurocopa.

Cristiano Ronaldo es un hombre de récords.





SELECCIÓN TUVO EMOTIVO ENCUENTRO CON HINCHAS PERUANOS EN LOS ESTADOS UNIDOS

Recibieron el cariño de la incondicional

Previo al debut en la Copa América ante Chile este viernes 21 de junio en la ciudad de Dallas (Estados Unidos), el plantel de jugadores y comando técnico de la Selección Peruana, recibieron la visita de un grupo de niños, familiares de residentes peruanos nacidos en tierras norteamericanas.

Las gestiones fueron realizadas gracias a la Cónsul



General de Perú en Dallas y la Federación Peruana de Fútbol (FPF). En un video publicado por la misma FPF en sus cuentas de redes sociales, se pudo observar al entrenador Jorge Fossati, así como a sus convocados compartiendo divertidos momentos con sus fanáticos.

Paolo Guerrero, André Carillo, Oliver Sonne, Edison Flores, Pedro Gallese, Aldo Corzo, Gianluca Lapadula entre otros, firmaron camisetas y se tomaron fotos con sus admiradores.

ANTE EL CIENCIANO EN EL CUSCO Y LA UCV EN EL MONUMENTAL

Universitario pacta dos amistosos

Para no perder la forma. Los dirigidos por el entrenador Fabián Bustos tienen la misión de seguir con el ritmo futbolístico que mostraron en la primera parte del año (disputaron Liga 1 y Copa Libertadores), por lo que enfrentarán dos cotejos amistosos para mantener en actividad a su plantel de jugadores. De esta manera, se confirmó que Universitario de Deportes jugará un amistoso



ante el Cienciano el próximo 28 de junio en la ciudad de Cusco. Asimismo, el próximo 7 de julio hará lo mismo, pero ante la Universidad César Vallejo, en el estadio Monumental de Ate.

Como se recuerda, la "U" ha regresado a los entrenamientos el pasado 12 de junio en Campomar, con el objetivo de mantener su forma física para el inicio del Torneo Clausura.

MBAPPÉ SEGUIRÁ EN LA EUROCOPA A PESAR DE SU FRACTURA DE NARIZ

Kylian Mbappé tomará la misma decisión que ejecutó el delantero de la Selección Peruana, Gianluca Lapadula, en el sentido de no operarse la nariz por el momento tras la fractura nasal que sufrió en el coteio de Francia ante Austria por la Eurocopa 2024.

hillipe Diallo, presidente de la Federación Francesa de Fútbol, explicó el día de ayer que es un poco prematuro" dar un "calendario" de plazos para su vuelta a la competición, pendiente de ver "cómo evoluciona durante el día", tras descartarse de momento la intervención quirúrgica y asegurar su continuidad en el torneo

Kylian como sabéis, tuvo esa lesión en la nariz. La noticia fue bastante tranquilizadora en la medida en que no hay operación, al menos a corto plazo. En cuanto a su participación en lo que resta de torneo, es un poco prema-turo establecer un calendario, así que vamos a esperar a la información médica, a ver cómo evoluciona durante el

-SE OPERARÁ LUEGO DEL CERTAMEN PARA SEGUIR JUGANDO PARA FRANCIA. LO MISMO HIZO EL 'BAMBINO' CON PERÚ EN LAS **ELIMINATORIAS QATAR 2022.**



día", explicó en rueda de prensa en la concentración del equipo en la ciudad alemana de Paderborn.

De esta manera, se confirma por el momento que el extremo del Real Madrid seguirá en el torneo y tendrá que usar un protector facial al más fiel

estilo del ariete ítalo-peruano.

Se conoció que Mbappé no podrá estar para el próximo cotejo de su selección ante Países Bajos, pero que sí

podría reaparecer en la última fecha de la fase de grupos ante Polonia.

Como se recuerda, en las eliminatorias para Qatar 2022, Lapadula sufrió una fractura de nariz en el cotejo ante Colombia. Ese año decidió no operarse hasta después dela fecha doble ante Uruguay y Paraguay, esto para no quedarse fuera de la convocatoria. Pasado dichos cotejos, el 'Bambino' fue operado por su desviación del tabique.

fue designado para el duelo de este viernes 21, entre Perú y Chile. El brasileño estará acompañado por sus compatriotas Bruno Pires y Bruno Boschilia, quienes serán los jueces de líneas. Mientras que Edina Alves y Neuza Back estarán como cuarta y quinta árbitra respectivamente. Los también brasileños Rodolpho Toski y Daniel

Nobre estarán en el VAR y AVAR.

Árbitro carioca para Perú vs Chile LaConmeboldioaconoceralosárbitros programadosparalosprimerospartidosdela Copa América y el brasileño Wilton Sampaio



Costas ve ofertas para irse de AL

El delantero peruano Gabriel Costa señaló que, aunque tiene contrato en Alianza Limahasta diciembre, and abuscando equipo puesto que ya no será tomado en cuenta por el DT Alejandro Restrepo.

"Mi contrato vence en diciembre, pero el cuerpo técnico no me va tener en cuenta. Estoy viendo ofertas, pero nada concreto. Quiero salir para sumar minutos", dijo a 'Hora 25' de Úruguay. Reconoció que lé interesa jugar la liga uruguaya en caso aparezca una oferta desde ahí.

DEFENSOR AUSTRIACO, KEVIN DANSO, LE DESEA BUENA RECUPERACIÓN ENFRENTAN A HUNGRÍA. SUIZA A ESCOCIA Y CROCIA ANTE ALBANIA

Pide perdón por romperle la ñata

El defensor de la Selección de Austria, Kevin Danso, publicó un mensaje en sus redes sociales lamentando haber sido el otro protagonista del choque que lesionó al jugador francés Kilyan Mbappé. "A la afición francesa, lamento que Kylian Mbappé se haya lesionado durante nuestro duelo. Le deseo una buena recuperación y espero que pueda encontrar rápidamente su lugar en el campo", escribió en Instagram el defensor austriaco que milita en el Lens francés.

El día de ayer, la comandancia de la Selección de Francia decidió que el



entrenamiento de los futbolistas sea regenerativo para aquellos que disputaron más minutos ante Austria y que ésta se realice a puertas cerradas, evitando todo contacto con la prensa internacional.

Alemanes salen por su clasificació

Por el Grupo A de la Eurocopa, el local Alemania podría sellar su clasificación a los octavos de final si vence hoy (11:00 am, hora peruana) a su similar de Hungría. Recordemos que los alemanes golearon en la primera fecha 5-1 a Escocia, mientras que los húngaros cayeron derrotados 1-3 en su debut ante Suiza. Precisamente, el cuadro de los Alpes también podría asegurar su pase a la siguiente ronda cuando reciba a los escoceses a partir de las 2:00 pm.

Finalmente, por el Grupo B, la Croacia de Luka Modric deberá sumar de a tres ante Albania para seguir en carrera



en la competencia. Los croatas fueron derrotados 3-0 ante España, mientras que los albaneses perdieron 2-2-1 ante Italia.



Noriega renuncia a Comerciantes U

El defensa central Erick Noriega, futbolista peruano de 22 años nacido en Japón, ha decidido renunciar a Comerciantes Unidos por el resto de la temporada. En una carta de desistimiento presentada por el jugador, se indica que su salida del club obedece a razones personales, según informaron los directivos de las 'Águilas'. Recordemos que a inicios del 2024, Noriega declaró que deseaba volver al Alianza Lima, club donde realizó sus divisiones menores.